



# EKIDEN

MARATON SZTAFET

# INFORMATOR

## PIĄTEK, 19 MAJA 2023

15:00 - 19:00 Odbiór pakietów startowych

## SOBOTA, 20 MAJA 2023

8:00 - 11:00 Odbiór pakietów startowych

### Uwaga!

Pakiet startowy swojej drużyny należy odebrać najpóźniej na 30 minut przed startem swojej tury.

**08:30** Odprawa kapitanów. Kapitanów wszystkich drużyn zachęcamy do wzięcia udziału w odprawie dotyczącej najważniejszych aspektów organizacyjnych biegu.

**08:40** Rozgrzewka ze Zdrofitem

**9:00** Start pierwszej tury (A)

**9:20 - 11:20** Starty kolejnych tur (B-H)

**14:30** Dekoracja zwycięzców

**15:30** Zamknięcie trasy

SPONSOR



PARTNERZY



PROJEKT WSPÓLFINANSUJE



PATRONAT



PARTNERZY MEDIALNI



ORGANIZATOR



## INFORMACJE ORGANIZACYJNE KONIECZNIE PRZECZYTAJ PRZED STARTEM!

### ▶ ODPRAWA KAPITANÓW

Odprawa Kapitanów odbywa się o godz. 8:30 na scenie przy strefie zmian. Do wzięcia udziału w odprawie zachęcamy kapitanów wszystkich drużyn lub wskazane przez nich osoby, które przekażą najważniejsze informacje pozostałym członkom drużyny.

### ▶ ODBIÓR PAŁECZKI DLA TURY A (start: 9:00)

Od godz. 8:45 zawodnik pierwszej zmiany odbiera pałeczkę w swoim boksie startowym. Kolejni zawodnicy będą przekazywać ją sobie podczas dokonywania zmian.

### Uwaga!

Pałeczki wydawane będą wyłącznie za okazaniem numeru startowego zawodnika biegnącego na pierwszej zmianie. Zgubienie pałeczki i zakończenie biegu bez niej oznacza dyskwalifikację zespołu.

### ▶ START TURY A (godz. 9:00)

Zawodnicy TURY A przechodzą przez swoje boksy startowe i po odbiorze pałeczki ustawiają się na linii startu, którą wyznacza brama startowa.

### ▶ ODBIÓR PAŁECZKI DLA KOLEJNYCH TUR (starty: 9:20 - 11:20)

Zawodnik pierwszej zmiany odbiera pałeczkę w oznaczonym punkcie odbioru (namiot) przy strefie zbiórki kolejnych tur. Pałeczki dla danej tury będą wydawane po starcie tury poprzedniej.

### Uwaga!

Pałeczki będą wydawane zawodnikom wyłącznie za okazaniem numeru startowego zawodnika biegnącego na pierwszej zmianie. Zgubienie pałeczki i zakończenie biegu bez niej oznacza dyskwalifikację zespołu.

### ▶ START KOLEJNYCH TUR (godz. 9:20 - 11:20)

Zawodnicy kolejnych TUR (B-H) zbierają się przy punkcie wydawania pałeczek, skąd o godzinie swojego startu są kolejne wypuszczani na trasę biegu. Pamiętajcie, że o wyniku drużyn decyduje czas netto (od przebiegnięcia linii startu), dlatego w strefie startu warto zachować porządek i spokój.



#### ► KOLEJNOŚĆ ZMIAN

Zawodnicy pokonują na kolejnych zmianach następujące dystanse: 7,195 km + 10 km + 10 km + 5 km + 5 km.

Długości poszczególnych zmian i kolejności zawodników potwierdzonej przy odbiorze pakietów startowych nie można zmieniać.

Kolejność zmian jest oznaczona na numerze.

Kapitan przydziela numery startowe członkom sztafety zgodnie z kolejnością zadeklarowana w formularzu zgłoszeniowym.

#### ► TRASA

Pierwsza zmiana pokonuje najpierw małą pętlę 2,195 km, a następnie pełną pętlę 5 km, w sumie 7,195 km. Kolejne zmiany biegną po pełnej pętli: 5 km - jedno okrążenie, 10 km - dwa okrążenia.

#### ► PRZEKAZYWANIE PAŁECZKI

Zawodnicy kolejnych zmian ustawiają się w boksach startowych oznaczonych numerami ich drużyny.

Przy boksach startowych ustawione są monitory. Na trasie ok. 200 m przed strefą zmian zlokalizowana jest mata pomiaru czasu.

Sygnal z maty przekazywany jest na monitor, na którym pojawia się nazwa drużyny nadbiegającego zawodnika.

W tym momencie (lub po ujrzeniu swojego zawodnika nadbiegającego do strefy) zawodnik kolejnej zmiany może wyjść z boks startowego do strefy zmian.



#### Uwaga!

Dla komfortu i bezpieczeństwa wszystkich uczestników prosimy o oczekiwanie na swoich zawodników na trawniku i wychodzenie na trasę dopiero w momencie przekazywania pałeczki.

#### ► POMIAR CZASU

Pomiar czasu zostanie dokonany przez sędziów PZLA oraz za pomocą systemu elektronicznego.

Chip znajduje się w pałeczce, którą przekazują sobie zawodnicy kolejnych zmian.

#### ► ZAKOŃCZENIE BIEGU

Zawodnicy zmian 1-5 swój bieg kończą po przekazaniu pałeczki kolejnemu zawodnikowi z drużyny i schodzą z trasy wydzielonym korytarzem znajdującym się na końcu strefy zmian!

W strefie medali otrzymują medal oraz napoje.

Zawodnik ostatniej zmiany przebiega przez bramę startu/mety i kieruje się do strefy medali dedykowanej zawodnikom 6. zmiany. Znajduje się ona za bramą mety.

#### #BIEGAMDOBRZE

Wszystkie drużyny startujące w ramach akcji #BiegamDobrze zapraszamy do odwiedzenia stoisk organizacji dobroczynnych, gdzie będą czekać na Was m.in. specjalne upominki od wspieranych NGO-sów.

#### ► DEKORACJE

Dekoracja zwycięskich sztafet odbędzie się na scenie o godz. 14:30.

**Statuetkami udekorowane zostaną drużyny z miejsc 1-3 w kategoriach:**

- Generalna
- Mistrzostwa Sztafet Firmowych
- #BiegamDobrze

**Specjalnymi dyplomami na scenie zostaną nagrodzone również drużyny z miejsc 1-3 we wszystkich kategoriach branżowych.**

#### ► MIASTECZKO BIEGOWE

Przypominamy, że na terenie imprezy obowiązuje zakaz ustawiania wszelkich elementów brandingowych w postaci flag, banerów i innych nośników zawierających identyfikację wizualną firm lub drużyn biegowych, poza nośnikami ustalonymi w ramach umowy z organizatorem. Na terenie wydarzenia obowiązuje także zakaz rozpalania grilli.

